



Especial Diario
 Incluye elecciones de Frutas y Vegetales,
 Panes de Granos Enteros y Leche

Lunes	Martes	Miercoles	Jueves	Viernes
3 Pepitas de Pollo Con Pan de Maiz	4 Costillas con BBQ* En rollo	5 Salchicha Crujiente	6 Espageti Y Albondigas	7 Hamburguesa con Queso y Tocino Papa Tri Tater (1)
10 Albondigas En Rollo	11 2 Tacos Suaves	12 Cena de Fiesta Pavo Rostizado Con Gravy**	13 Fajita de Pollo	14 Sub de Pavo Con Queso
17 Pollo Sriracha En Pan	18 Pepitas de Pollo Con Pretzel Suave	19 Palos de Pizza Con Marinara	20 **Tiritas de Pollo	21 Mini Salchichas Papa Tri Tater (1)
24 NO HAY CLASES	25 NO HAY CLASES	26 NO HAY CLASES	27 NO HAY CLASES	28 NO HAY CLASES
31 NO HAY CLASES				

Barra de Frutas y Vegetales disponible con todos los almuerzos.

Sandwich de Pollo Asado o Crujiente
Hamburgesas Asadas
Barra de Nachos con Salsa y Jalapeños

Elecciones Diarias
Opciones De Pizzeria
Deli Fresco
Ensaladas Frescas

Queso O Peperoni	Rellena de Queso	Queso O Peperoni	Pan Plano con Queso	Queso o Salchicha de Pavo
Envoltura de Pa- vo y Queso	Envoltura de Pollo al Cesar	Sub de Pavo y Queso Lechuga/Tomate	Envoltura de Pollo Chipotle	Envoltura de Pollo Bufalo
Ensalada de Pollo Crujiente	Ensalada de Pollo Crujiente Suroeste	Ensalada de Pollo Crujiente	Ensalada de Pollo Crujiente Suroeste	Ensalada Vegetariana Chef (Pavo y Queso)

V=Opcion Vegetariana Disponible
 **Servido con Rollo
 *Contiene o puede contener ingredientes de Puerco.

Menu sujeto a cambios. Se le avisara cuando sea posible.



Mannheim Escuela Middle
Diciembre 2018

Almuerzo
\$0.00

Leche
\$.55

Nutriciones Estandares A+ de Arbor:
Para server a los estudiantes a diario.

- ✓ Una variedad de alimentos ricos en nutrientes y frescos
- ✓ Frutas y Vegetales Frescos y Locales cuando es posible
- ✓ Pollo Libre de Hormonas, Esteroides, Sin ser Enjaulados
- ✓ Panes, Rollos y productos horneados frescos y de multigranos
- ✓ Solo Leche Libre de Hormonas: Leche libre de grasas y de 1% de granjas sostenibles

-Arbor Management-

**Toma decisiones para vivir una
vida saludable!**



Para mas informacion
o para "pregunta a la
Dietista", checa
nuestra pagina web.

Preguntas sobre el menu?
Amber Rumsfeld
rumsfelda@d83.org
847-451-2700

Guías comprensivas
de nutricion y alergias
están disponibles en la
Oficina de Servicios
Alimenticios..